

# Respuestas de los Niños a Crisis y Eventos Trágicos<sup>1</sup>



NATIONAL CENTER ON  
Early Childhood Health and Wellness



**L**os bebés, niños preescolares y niños pequeños que sufren un evento trágico pueden presentar cambios en sus comportamientos. También pueden verse indirectamente afectados por una crisis por lo que escuchan o ven en la televisión.

El rol más importante que usted puede tener como padre en una situación de emergencia es mantener la calma. Los niños de todas las edades detectan fácilmente el miedo y la ansiedad en sus padres u otras personas. Esto puede provocar cambios en sus comportamientos.

Los niños, sin importar sus edades, no siempre pueden expresar con palabras cómo se sienten. Pueden no saber contar lo que sucedió. Su comportamiento puede ser una mejor señal. Los cambios repentinos en el comportamiento pueden significar que han estado expuestos a un trauma o una crisis.

## Lo que puede observar:

- Problemas para dormir, incluido no querer dormir solos, dificultades a la hora de la siesta o de ir a la cama, no querer dormir o despertarse repetidas veces, pesadillas
- Ansiedad por separación, como, por ejemplo, no querer estar lejos de usted, no querer ir a la escuela y llorar o quejarse cuando se va
- No comer
- No poder hacer cosas que solían hacer
- Tener miedo de cosas nuevas
- Comportamientos más malhumorados
- Más tercos que lo normal
- Querer que las cosas se hagan solo a su manera
- Regresión social
- Aumento de quejas (dolores de cabeza, dolores de estómago)
- Preocupación intensa por los detalles del evento

<sup>1</sup> Material adaptado de:

National Child Traumatic Stress Network Schools Committee (Comité Escolar de la Red Nacional de Estrés Traumático Infantil). (Octubre de 2008). Kit de Herramientas sobre Trauma Infantil para Educadores. Los Ángeles, CA & Durham, NC: National Center for Child Traumatic Stress (Centro Nacional de Estrés Traumático Infantil)

National Child Traumatic Stress Network (Red Nacional de Estrés Traumático Infantil). Parent Tips for Helping Infants and Toddlers after Disasters (Consejos para padres para ayudar a los bebés y niños después de desastres). Disponible en [http://www.nctsn.org/sites/default/files/pfa/english/ppendix\\_e4\\_tips\\_for\\_parents\\_with\\_infants\\_and\\_toddlers.pdf](http://www.nctsn.org/sites/default/files/pfa/english/ppendix_e4_tips_for_parents_with_infants_and_toddlers.pdf)

HealthyChildren.org. Qué decirles a sus hijos sobre los desastres. <http://www.healthychildren.org/English/safety-prevention/athome/Pages/Getting-Your-Family-Prepared-for-a-Disaster.aspx>

Federal Emergency Response Agency (Agencia Federal para el Manejo de Emergencias). Helping Children Cope with Disaster (Ayudar a los niños a superar un desastre) <http://www.fema.gov/news-release/2005/10/14/helping-children-cope-disaster>

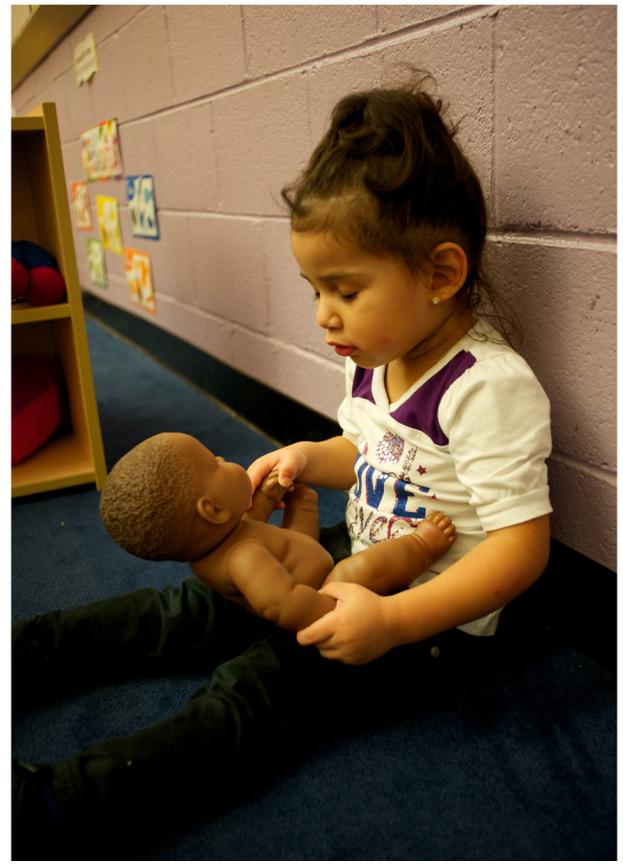
**¡La preparación para la escuela comienza con la salud!**

- Querer hablar todo el tiempo sobre lo que sucedió
- Miedo de que vuelva a suceder el evento
- No prestar atención, estar inquieto
- Malhumorado, deprimido o irritable
- Jugar de forma violenta
- Golpearlo a usted o a otros
- Más berrinches
- Apego a los maestros, a los cuidadores o a usted
- Regresión o vuelta a una etapa previa de desarrollo
  - Mojar la cama u otros problemas al ir al baño. Hablar como bebé
  - Querer estar en brazos o ser acunado
- Recrear el evento, sin que se lo indique el personal o consultor de salud mental
  - Actuar o dibujar el evento
  - Hablar muchas veces sobre ello
- Reaccionar exageradamente a golpes o caídas menores
- Cambios en el comportamiento (no querer comer, ataques de enojo, disminución de la atención, retraimiento, mojar la cama, tener pesadillas)
- Reacción exagerada o menor a la esperada ante el contacto físico, movimientos repentinos o sonidos fuertes como sirenas y golpes de puertas
- Ansiedad y preocupación
- Nuevos miedos o miedos sobre la seguridad
- Hacer preguntas y afirmaciones sobre el evento

### Lo que puede observar (además de lo mencionado arriba) en sus hijos mayores

- Sentimientos fuertes de enojo o tristeza
- Portarse mal en la escuela
- Malas calificaciones
- Peleas con amigos
- Querer estar solo
- Comportarse como si no tuviera sentimientos
- Desobedecer, responder de mala manera o pelear
- Beber alcohol o consumir drogas, pasar tiempo en grupos y meterse en problemas

Puede obtener información adicional sobre las respuestas de los niños a traumas y desastres a través de los siguientes recursos:



Promoting Adjustment and Helping Children Cope (Promover la adaptación y ayudar a los niños a superar las dificultades), de la Academia Estadounidense de Pediatría (AAP) <http://www.aap.org/disasters/adjustment>

The Youngest Victims: Disaster Preparedness to Meet Children's Needs (Las víctimas más jóvenes: preparación ante desastres para satisfacer las necesidades de los niños) <http://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/Childrenand-Disasters/Documents/Youngest-Victims-Final.pdf>

Office of the Administration for Children & Families Early Childhood Disaster-Related Resources (Oficina de la Administración de Recursos Relacionados con Desastres en la Infancia Temprana para Niños y Familias) <http://www.acf.hhs.gov/programs/ohsepr/early-childhood>

The National Child Traumatic Stress Network (Red Nacional de Estrés Traumático Infantil) <http://www.nctsn.org>

Si ve cambios en su hijo, informe al maestro de su hijo o asistente social que visita su hogar. Es importante que usted y su hijo reciban ayuda. Su maestro de Head Start/ Early Head Start o consultor de salud mental puede ayudarlo a encontrar recursos que puedan resultar útiles.

**¡La preparación para la escuela comienza con la salud!**